

受講者集
募集

令和7年度「笛吹市民講座」 前期講座の申し込みが始まります

- コース(A、Bなど)が分かれている講座は、同じ内容の講座を「日程」や「時間帯」などを変えて実施します。
- 一部の講座では、使用教材の色や柄などの選択項目がありますので、申込書に記入してください。
- 『見本あり』とある講座は生涯学習課窓口(市民窓口館3F)またはホームページに完成品イメージがありますので、ご確認ください。右記QRコードをスマートフォンで読み込むとホームページにアクセスできます。

<https://www.city.fuefuki.yamanashi.jp/shogaigakushu/kosodate/shogaigakushu/shiminkoza.html>



教室5 伝統工芸 一閑張で世界に一つのバッグを作ろう

講師 深澤 恵 会場 あぐり情報ステーション
開催 6月11日・18日・25日(各水曜日)3回連続
時間 午前10時～正午 定員 10人 教材費 3,300円

竹製のバッグに白和紙を貼り合わせた後、布を好みに合わせてデザインして貼ります。仕上げに蒔絵コーティングをします。天使柄、梅柄、柿渋(下張りの和紙に文字和紙を張り柿渋をかけます)の3種類から選択してください。(サイズ高さ19cm幅20cm奥行11cm) ※見本あり

教室6 江戸切絵図と江戸城三十六見附

講師 五味 増雄 会場 スコレーセンター
開催 6月14日・28日、7月5日(各土曜日)3回連続
時間 午前9時30分～11時30分 定員 15人
教材費 無料

江戸切絵図をもとに、切絵図の見方・江戸城にまつわる諸々の話を学ぶ講座。映像を通し切絵図の今昔を比べながら楽しい学びの時間が過ごせますよ。江戸城跡地の現在の映像も見逃せないスポットです。城郭講座が豊富な講師ならではのトピックスが聞けます。

教室7 心地よい暮らしを実現！時短家事と片づけの実践講座

講師 上田 五月 会場 御坂生涯学習センター
開催 6月14日・28日、7月12日(各土曜日)3回連続
時間 午後1時30分～3時 定員 20人 教材費 1,000円

忙しい毎日の中でも、もっと効果的に家事をこなし、心地よい暮らしを手に入れたいと思いませんか？この講座では、時短家事の考え方や、お片付けの基本、リサイクルを活用した整理術など、実践的な内容をわかりやすくお伝えします。

教室8 空き缶をデザインして多肉植物を植えよう

講師 深澤 さつき 会場 いちのみや桃の里ふれあい文化館
開催 6月18日・25日(各水曜日)2回連続 時間 午前10時～11時30分 定員 10人 教材費 2,000円

身近な空き缶を使用しておしゃれなリメイク缶を作ってみませんか？リメイクした空き缶に多肉植物も植えるので、かわいらしくおしゃれなインテリアになりますよ。はじめての方も経験がある方も大歓迎です！ ※見本あり

教室1 ファブリックヤーンで作るお洒落バッグ

講師 木村 結花美 会場 スコレーパリオ
開催 6月3日・10日・17日・24日(各火曜日)4回連続
時間 午前9時30分～11時30分
定員 10人 教材費 4,000円

バッグの土台となるネットに、ファブリックヤーンという糸を差し込んで作るお洒落バッグ。ハート形のチャームもつけます。持ち手は、可愛い半円型。夏にぴったりのバッグです。ネット差し込み縦横図を見ながら作成します。(色は黒、白、ページュから選択記入してください) ※見本あり

教室2 免疫力アップヨガ講座

講師 石原 里佳子 会場 働く婦人の家
開催 6月4日・11日・18日・25日(各水曜日)4回連続
時間 午後6時30分～8時
定員 20人 教材費 300円

健康な毎日を送るために、免疫力アップを図るヨガに取り組みませんか。呼吸を意識して体を動かすことで、自律神経が整い、睡眠の質向上やストレス軽減などの効果を期待できます。お仕事帰りに気軽にどうぞ。

教室3 脂肪燃焼プログラム

講師 半田 美恵子 会場 若彦路ふれあいスポーツ館
開催 6月5日・12日・19日・26日、9月4日・11日・18日、10月2日・16日・23日・30日(各木曜日)11回連続 時間 午前10時～11時20分 定員 70人 教材費 200円

エアロビックダンス・筋力アップトレーニング・ストレッチで動きやすい体づくりを行います。活動代謝を増やして脂肪燃焼を目指しましょう。

教室4 ハーブ&アロマのクラフト講座 第1弾～アロマスプレーづくり～

講師 植松 晶子 会場 スコレーパリオ
開催 6月6日(金)1回完結
時間 午前9時30分～11時30分
定員 15人 教材費 600円

夏の必需品ともいえるデオドラントスプレーや虫よけスプレーを作る講座です。嗅覚と健康の関係を学びながら、目的に合った精油をブレンドしてオリジナルの香りを楽しみつくってみませんか。 ※イメージ写真あり

教室27 初夏の寄せ植え教室

講師 木嶋・石川 知美 会場 スコレーパリオ
開催 6月12日(木)1回完結
時間 A午後2時～4時 B午後7時～9時
定員 各回10人 教材費 3,500円

夏を楽しめる花苗を使った寄せ植え教室です。寄せ植えの基本をお伝えしますので、初心者の方も安心して、受講していただけます。

教室28 ハンキング苔玉

講師 角田 亜紗美 会場 スコレーパリオ
開催 A6月19日(木) B6月25日(水)1回完結
時間 A午前10時30分～正午 B午後6時30分～午後8時
定員 各回15人 教材費 2,000円

観葉植物の根の周りに、好みの色糸を纏わせて、吊るして飾れるカラフルな苔玉を作ります。植物の特徴や育て方も学べる講座です。数種類の植物を用意しますので、当日お選びください。
※見本あり

教室29 人気のレジンアクセサリーを作ろう

講師 渡部 実久 会場 学びの杜みさか
開催 7月11日(金)1回完結
時間 A午後2時～4時 B午後6時30分～8時30分
定員 各回15人 教材費 1,200円

お花やパーツなどを組み合わせレジン液で固めてオリジナルアクセサリーを作ります。Ⅰ：ブローチ(サイズ2.5cm)とチャーム(サイズ6.5cm)Ⅱ：ピアスとチャーム、Ⅲ：イヤリングとチャームのコースから1つ選択してください。 ※見本あり

教室30 フルーツカットの第一人者から学ぶフルーツカッティング講座

講師 村上 しずか 会場 スコレーセンター
開催 8月9日(土)1回完結
時間 A午後2時～4時 B午後7時～9時
定員 各回10人 教材費 2,000円

使う道具はペティナイフ1本。おもてなしにピッタリのフルーツカットと飾り付けを学び、体験する講座です。ちょっとひと手間かけてフルーツを更に美味しく、楽しく食べましょう。 ※イメージ写真あり

教室31 かわいいミニラグを作ってみませんか？

講師 入戸野正人 会場 いちのみや桃の里ふれあい文化館
開催 8月23日・30日(各土曜日)2回連続
時間 A午後1時～2時30分 B午後4時～5時30分
定員 各回10人 教材費 3,500円

ラグは床に敷く厚手の敷物のことです。今回は初心者の方でも綺麗に作れる可愛いミニサイズのラグを仕上げます。形は三角、四角、丸、星、ハートの5種類から選択できます！(サイズ縦30cm×横30cm) ※見本あり

教室32 固まるハーバリウム～お花のディスプレイ～

講師 古河 好美 会場 あぐり情報ステーション
開催 10月7日(火)各1回完結
時間 A午後2時30分～午後4時30分 B午後6時30分～午後8時30分
定員 各回15人 教材費 1,500円

好きなお花を選んで、固まるハーバリウムに閉じ込めた液体用ディスプレイです。台所洗剤、化粧水、液体ハンドソープなどを入れてお使いいただけます。(サイズ 縦6cm×横6cm×高さ15cm 容量100ml) ※見本あり

教室21 恵林寺の老師に学ぶ人生観と秋の歴史探訪

講師 恵林寺住職 古川 周賢
会場 あぐり情報ステーション
開催 10月15日・22日(各水曜日)2回連続
時間 午前10時～正午 定員 20人 教材費 800円

第1講義では、異色の経歴を持つ恵林寺老師の楽しいトークを通じて、人生について考えます。第2講義では、市有バスで甲州市恵林寺を訪れ、老師の案内で歴史を学びながら拝観し、坐禅を体験します。(足に不安がある方は椅子を使って、体験ができます)

教室22 カラダと向き合う「気づきのエクササイズ」

講師 半田美恵子 会場 働く婦人の家
開催 A6月3日・17日、7月1日・15日、8月5日(各火曜日)5回連続 B6月10日・24日、7月8日・29日、8月19日(各火曜日)5回連続
時間 午前10時～11時20分
定員 各回25人 教材費 200円

暮らしの中で「姿勢が悪いと感じた時」「体のバランスが悪いと感じた時」など、さまざまな気づきの場面で気持ちよく行える体操やストレッチを行います。この機会に自分のカラダを見つめ直し、整えてみませんか。

教室23 オルネフラワーのチャーム作り

講師 小宮山 昌美 会場 学びの杜みさか
開催 6月9日(月)1回完結
時間 A午後2時～4時 B午後7時～9時
定員 各回10人 教材費 1,500円

「オルネ」とはオーナメントメタリックの略で、フランス語で「金属の宝飾」という意味です。コイル状のワイヤーで作リ、花をモチーフにしたパーツを中心とし、さまざまなアイテムを組み合わせチャームを仕上げます。 ※見本あり

教室24 初心者基本のクラフトかご

講師 勝俣 恵美 会場 あぐり情報ステーション
開催 6月10日(火)1回完結
時間 A午後2時～4時 B午後6時30分～8時30分
定員 各回10人 教材費 1,000円

クラフトバンドで、初心者でも簡単に作れる持ち手付きのクラフトかごを作ります。飾りつけにはリボンを付け、環境に優しい可愛いかごを作ります。(横15cm×高さ6cm×マチ10cm) ※見本あり

教室25 甲州十日市だるま絵付け体験

講師 永利 郁乃 会場 境川総合会館
開催 6月10日(火)各1回完結
時間 A午前10時～11時30分 B午後1時30分～3時
定員 各回15人 教材費 2,500円

可愛らしい甲州十日市だるまの絵付けを体験する講座です。ミニサイズのだるまを好きな色に絵付けしてみましょう。(サイズ：高さ約9.5cm×幅約8cm) ※見本あり

教室26 はじめての読み聞かせ

講師 山梨県立図書館職員
会場 石和図書館(スコレーセンター内)
開催 6月11日・25日(各水曜日)2回連続
時間 午前10時～11時30分
定員 各回10人 教材費 無料

初回は読み聞かせやわらべ歌についての講義、2回目は実際に読み聞かせを行います。絵本の選び方や読み方など実践を通じて楽しく学びましょう。

教室15 楽しいタオル体操

講師 半田 美恵子 会場 御坂体育館
開催 9月2日・9日、10月7日・21日(各火曜日)4回連続
時間 午前10時～11時20分 定員 35人 教材費 200円

どこの家庭にもある「フェイスタオル」で全身運動を行います。いろいろなタオルの使い方を楽しく学んで健康づくりに役立ててみましょう。

教室16 畳の縁(ヘリ)でバッグ作り

講師 平間 恵美子 会場 スコレーパリオ
開催 9月2日・9日・23日・30日(各火曜日)4回連続
時間 午前10時～正午 定員 10人 教材費 3,000円

畳の縁を使っておしゃれなバッグを作ります。軽くて丈夫！どんなスタイルにも合う素敵なバッグに仕上がりますよ！(サイズ：25cm×25cm×マチ10cm) ※えんじ系、緑系、青系から選択してください。 ※ミシンをお持ちの方は持参してください。ミシンの貸出もあります。 ※見本あり

教室17 大人になってから始めるヒップホップダンス

講師 MOONYMANG(ムーニーマン)
会場 働く婦人の家 開催 9月5日・19日、10月3日・17日・31日(各金曜日)5回連続
時間 午後7時30分～9時
定員 10人 教材費 無料

ダンス未経験者大歓迎!!ヒップホップダンスをしたいけどする機会がない、ヒップホップダンスに興味があった方など、性別年齢問わず一緒に楽しみませんか？プロのインストラクターが基礎からしっかり教えますので安心してお越しください！

教室18 あんこフラワー水ようかん

講師 清水 晋子 会場 スコレーセンター
開催 9月11日(木)1回完結 時間 午後1時～3時30分
定員 12人 教材費 2,000円

こしあんたっぷり水ようかんの上に色とりどりのあんこフラワーを飾る講座です。30分のフラワー作成練習の後、完成品をトッピング。当日使う水ようかん(3コ)は講師が用意し、お家で作る水ようかんの材料もパックにしてレシピ付きでお持ち帰り。お得に楽しめる講座です。 ※イメージ写真あり

教室19 運動&健康ワークショップ

講師 斉木 啓哉
会場 いちのみや桃の里ふれあい文化館(同地区体育館)
開催 9月13日・20日・27日(各土曜日)3回連続
時間 午前10時～11時30分
定員 15人 教材費 1,500円

第1講義では、5秒で姿勢を整えるセルフ整体にチャレンジ、第2講義では、健康寿命を延ばす食事講義、第3講義では、今日から実践！自宅で簡単運動&セルフメディケーションをテーマに講座を進めます。

教室20 ハーブ&アロマのクラフト講座 第2弾～リップクリームづくり～

講師 植松 晶子 会場 スコレーパリオ
開催 10月1日(水)1回完結
時間 午前9時30分～11時30分
定員 15人 教材費 800円

お肌が乾燥する季節の前に、オリジナルリップクリーム作りに挑戦。紫紺の抽出油を使って、蜜ろうやキャンデリラワックスを加えて可愛いピンク色のリップクリームを作ります。香りはお好みのものを選択できます。 ※イメージ写真あり

教室9 初心者も楽しい！ズンバ教室

講師 佐藤 香澄 会場 働く婦人の家
開催 6月19日、7月17日、8月21日、9月18日、10月16日(各木曜日)5回連続
時間 午後7時30分～8時30分
定員 15人 教材費 300円

ズンバとは、ラテン系の音楽などに合わせて身体を動かすダンスエクササイズプログラムです。講師の動きを見ながら踊るので、初心者の方でも安心して参加していただけます。

教室10 ドライフラワーリース

講師 浅井 沙織 会場 学びの杜みさか
開催 7月11日(金)1回完結 時間 午前10時～正午
定員 15人 教材費 1,500円

ブルーガンでユーカリポラスのリースベースを作り、ダリアやバラなどのお花を飾り付けて仕上げます。(サイズ20cm) ※見本あり

教室11 エアプランツを飾ろう

講師 棕田 俊雄 会場 学びの杜みさか
開催 7月18日(金)1回完結 時間 午後1時30分～3時
定員 12人 教材費 800円

土がいらない植物(エアプランツ)と木を組み合わせ、インテリアにぴったりなオブジェを作りましょう！エアプランツを育てるコツも学びます！ ※見本あり

教室12 自然の貝殻で作るインテリア作り～小さな壁掛け～

講師 清水 景子 会場 いちのみや桃の里ふれあい文化館
開催 7月23日(水)1回完結 時間 午前10時～11時30分
定員 10人 教材費 1,100円

昔から私たちとなじみの深い自然の色合いの貝殻を使って、小さな壁掛けを作ります。好きな貝殻を選んで、簡単に作れる自分だけの貝殻アートを体験してみませんか？ ※見本あり

教室13 自然の貝殻で作るインテリア作り～アクセサリートレー～

講師 清水 景子 会場 いちのみや桃の里ふれあい文化館
開催 7月30日(水)1回完結 時間 午前10時～11時30分
定員 10人 教材費 1,100円

昔から私たちとなじみの深い自然の色合いの貝殻を使って、アクセサリートレーを作ります。好きな貝殻を選んで、簡単に作れる自分だけの貝殻アートを体験してみませんか？ ※見本あり

教室14 初心者健康マージャン

講師 長澤 貴仁 会場 御坂生涯学習センター
開催 8月7日・21日、9月4日・18日、10月2日(各木曜日)5回連続
時間 午前10時～11時30分
定員 20人 教材費 1,000円

健康マージャンは、指先のトレーニング、脳の活性化、認知症予防などメリット満載です！初めての方でも楽しく体験できます。まずは一緒に牌(パイ)の種類から覚えましょう！ ※講座は初心者を対象としています

応募方法

- ▶ 募集期間 3月3日(月)～14日(金)午前9時～午後5時(持参・FAXの場合、土日および祝日を除きます)
- ▶ 申込方法 指定の申込書に記入の上、持参、FAX、Eメール、郵送のいずれかでお申し込みください。
- ・ 持参の場合 (1)市民窓口館3階生涯学習課
(2)各支所(御坂、一宮、八代、境川、春日居、芦川)
 - ・ FAXの場合 055(261)3340(送信後、受信確認の電話をしてください)
 - ・ Eメールの場合 申込書を市ホームページからダウンロードし、
Eメール(shogaigakusyu@city.fuefuki.lg.jp)に添付してください。
※受信後、確認メールを送信しますが、自動送信ではないため、返信に時間がかかる場合があります。
 - ・ 郵送の場合 〒406-0031 笛吹市石和町市部809-1
宛先「笛吹市教育委員会 生涯学習課 市民講座担当 行」
※令和7年3月14日(金)必着
- ▶ 注意事項
- ・ 応募者が定員を超えた場合、抽選で受講者を決定します。※市民優先
 - ・ 応募者には、4月上旬に受講決定通知書および納付書(教材費無料の講座は除く)、または落選通知書を送付しますので、必ず内容を確認してください。
 - ・ 希望者が一定数に達しない場合は、講座を中止とすることがあります。
 - ・ 18歳以上の方が対象となります。18歳未満およびお子様連れの方の受講はできません。
 - ・ 受講決定者には、納付書を4月上旬に交付しますので、御確認の上、教材費を納入してください。

〈問合せ先〉 笛吹市教育委員会 生涯学習課 生涯学習担当 ☎055(261)3339

✂ キリトリ

令和7年度「笛吹市民講座」前期受講申込書

フリガナ				生年 月日	昭・平	年	月	日
申込者氏名								男・女
〒			住 所					
電話番号	日中連絡が取れる番号							
講座番号	希望するコース	講 座 名			選択項目(一部講座のみ)			
38	Aコース ※1	〇〇〇講座			「〇〇色」または「希望する」など ※2			

記入例

※1 A・Bなどのコース分けがある講座は、希望するコースを1つ選択してください。(複数のコースの希望はできません)

※2 使用教材の色や柄など、選択項目がある講座は、申込書「選択項目」欄にご記入ください。